


郷土の味・くじらの南蛮煮

《長門地方》 江戸時代には鯨組という組織が作られ、網捕り捕鯨が盛んだった長門地方を中心に鯨食文化がありました。「大晦日に大きいものを食べると縁起が良い」という伝承から、大晦日の定番料理だったという南蛮煮を。

<p>材 料 [4 人分]</p>	<p>鯨肉 50g ごぼう 1/2 本(100g) こんにゃく 1/2 枚(120g) 人参 2/3 本(100g) 油 大さじ 1 だしの素 小さじ 1/4(1g) 酒 大さじ 1 砂糖 小さじ 2 味噌「ぶちうまい」 大さじ 1 1/2</p>	
<p>作 り 方</p>	<ol style="list-style-type: none">1. 鯨は薄切りにする。ごぼうは皮をこそいで 2~3mm 厚さの斜め輪切りに、人参は 5mm 厚さの半月切りに、こんにゃくは 5mm の色紙切りにする。2. 鍋に油を熱し、鯨を炒める。火が通ったらごぼう、人参、こんにゃくを加えて炒める。3. 水 200ml と酒、だしの素を入れ、野菜が柔らかくなるまで煮る。4. 砂糖を加えて 2~3 分煮込み、味噌を加えたら弱火にして 5 分煮詰める。	